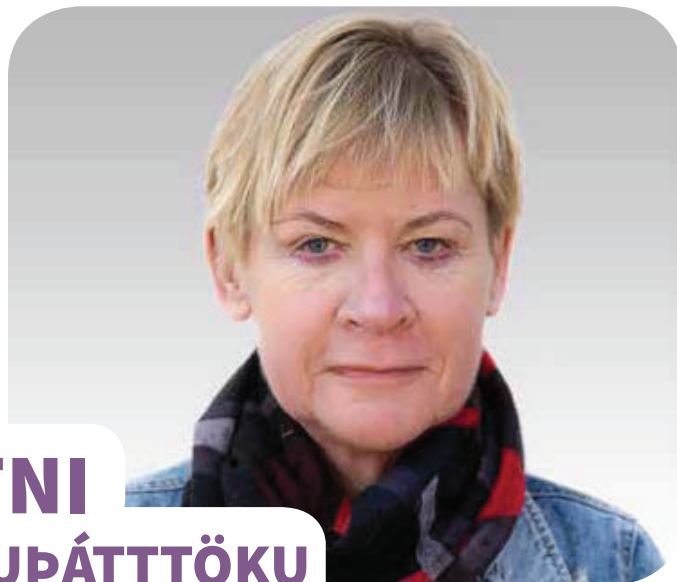


Elsa Sigríður Þorvaldsdóttir,  
iðjuþjálfari með MA í heilbrigðisvísindum



# ÞRÓUNARVERKEFNI – UNGT FÓLK TIL ATVINNUÞÁTTTÖKU

## AÐDRAGANDI:

Undanfarið hefur orðið hlutfallsleg fjölgun fólks í aldurshópnum 18-25 ára sem vísað er í þjónustu Starfsendurhæfingar Hafnarfjarðar. Á árinu 2016 var tæpur fjórðungur fólks sem vísað var í þjónustu á áðurnefndu aldursbili og um 60% 35 ára eða yngra (2017, Ársskýrsla SH). Starfsfólk Starfsendurhæfingar Hafnarfjarðar taldi þörf á að þróa úrræði til þess að mæta þörfum þessa hóps betur en hingað til hefur verið gert, meðal annars vegna þess hve margir hafa takmarkaða eða jafnvel enga reynslu af vinnumarkaði. Við veltum fyrir okkur hvort styttri hnitmiðaðri námskeið myndu frekar henta yngri hópi. Áður en farið var í að skipuleggja þessa vinnu var sótt um styrk til VIRK vegna styrkja til rannsókna- og þróunarverkefna.

Í kjölfar þess, eða í apríl 2017, var farið í ferð til Toronto og Ottawa í Kanada, þar sem við heimsóttum fjóra staði sem vinna með ungt fólk. Þessir staðir voru heimsóttir: Halton Industry Education Council, Jewish Vocational Center, Toronto, Nation Cheong United Way of Toronto, Youth Success Strategy.

Við fengum frábærar móttökur og fullt af efni sem við höfum getað nýtt okkur í þessari vinnu. Eins höfðum við samband við Önnu Lóu Ólafsdóttur sem hafði reynslu af vinnu með ungu fólk (Stökkpallur) og þaðan fengum við ráð og hugmyndir. Einn liður í undirbúningsvinnu fyrir verkefnið var að kalla saman rýnihóp. Hann samanstóð af fimm ungmennum sem ekki voru í vinnu eða skóla.

Eftirtaldir spurningar voru lagðar fyrir hópinn og niðurstaða umræðna úr hópnum nýttar m.a. til að byggja upp námskeiðið:

1. Fyrir hverja er starfsendurhæfing?
2. Hvað græðir maður á því að fara í starfsendurhæfingu?
3. Hvað á að leggja áherslu á í starfsendurhæfingu?
4. Hvaða fög á að kenna?
5. Hvað er markmið með starfsendurhæfingu?
6. Hvenær er æskilegt að fólk byrji í starfsendurhæfingu?

Iðjuþjálfaneminn Linda Ósk Þorvaldsdóttir kom talsvert að verkefninu þann tíma sem hún var nemi hjá undirritaðri. Hún þýddi meðal annars fyrir okkur mörg verkefni frá Kanada og hafa þau nýst vel í vinnu með unga fólkinu.

Í kjölfarið á þessari undirbúningsvinnu settum við upp markmið og rannsóknarspurningu sem við ætlum að svara að sex mánuðum liðnum.

## MARKMIÐ:

Að styrkja ungt fólk til atvinnuþátttöku, ýta undir andlegan og félagslegan styrk til að auka möguleika þeirra á að taka þátt í atvinnulífi eða fara í nám. Að efla hjá ungu fólkum trú á eigin getu og auka virkni þeirra í daglegu lífi.

## RANNSÓKNARSPURNING

### SEM SETT VAR FRAM:

*Henta stutt hnitmiðuð námskeið í starfsendurhæfingu ungu fólk til að ná aukinni færni, líkamlega, andlega og félagslega til að komast út á vinnumarkað eða í skóla? Er þetta leið sem hentar ungu fólk til að verða virkir þjóðfélagsþegnar?*

## AÐFERÐ:

Unnið var út frá heildrænni nálgun, þ.e.a.s. út frá líkamlegum, andlegum og félagsleg-

um þáttum. Haft var að leiðarljósi að virkja bakland einstaklings eins og kostur er.

Við byggðum námskeiðið upp á reynslu Kanadamanna. Þar var lögð áhersla á stutt hnitmiðað námskeið sem endaði í starfsprófun.

*Í meginráttum var námskeiðinu skipt upp í þrjá hluta:*

## Í FYRSTA HLUTA (8 VIKUR):

- a. Lögð fyrir matstæki: Sjálfsmatskvarði Rosenbergs, COPM-viðtal, listi með spurningum um daglegar venjur, Hlutverkalistinn, Áhugalistinn, fylla út iðjuhjólíð.
- b. Fræðsla – vinna með jákvæða sjálfsmynd, trú á eigin getu og eigin áhrifamátt, valdefling, sjálfsefning, HAM – vinna með hugsanir, kvíðastjórnun / að hafa stjórn á eigin aðstæðum. Mikilvægi hreyfingar / líkamsrækt.

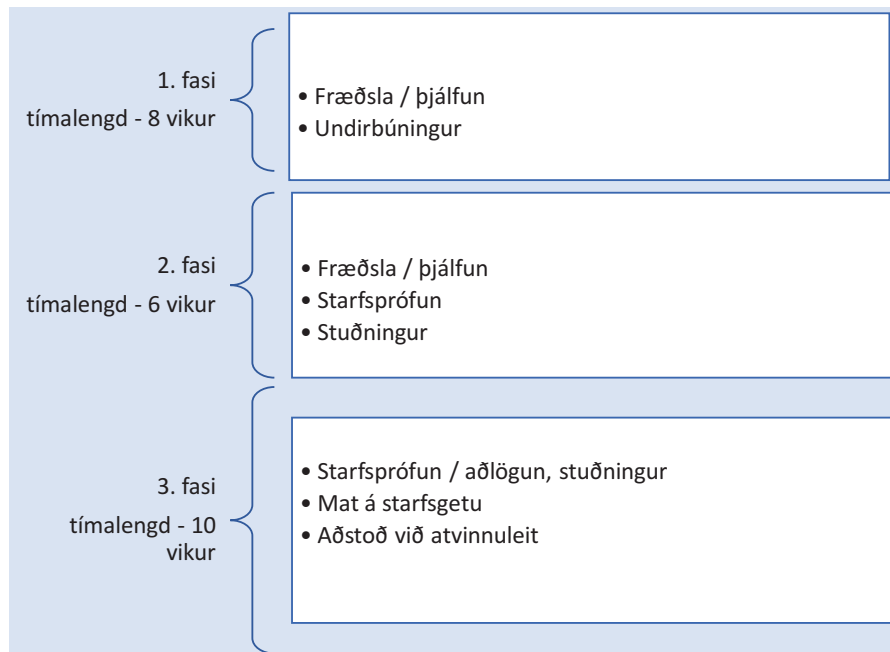
## Í ÖÐRUM HLUTA (6 VIKUR):

- a. Mikilvægi þess að setja sér markmið, að búa sér til nýjar venjur, að vera í núinu, skipuleggja tímann sinn (að dagurinn hafi upphaf og endi), að hafa áhugamál, eigin umsjá / mikilvægi þess að hugsa vel um sig. Hverjir eru styrkleikar mínir, hverjar eru hindranir mínar?
- b. Vinnutengd námskeið; hvað gerir mig að eftirsóttum starfsmanni? Æfa sig í tjáningu. Búa til ferilskrá. Hvar langar mig að vinna? Hreyfing. Finna stað fyrir starfsprófun.

## Í ÞRIÐJA HLUTA (10 VIKUR):

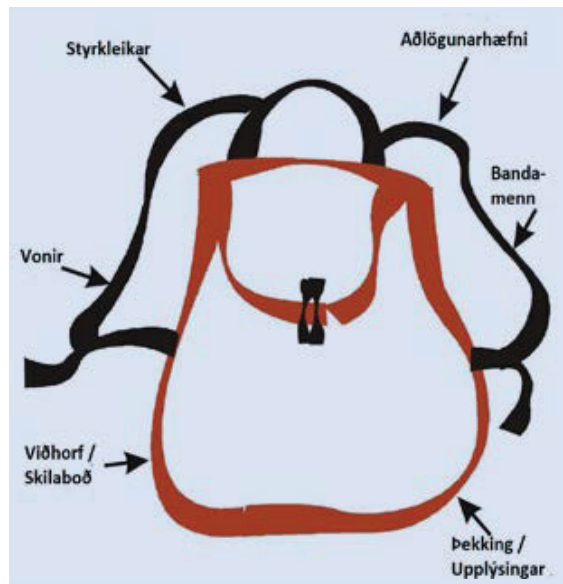
- a. starfsprófun / aðlögun að starfi.
- b. stuðningur.
- c. mat á starfsgetu.
- d. aðstoð við atvinnuleit.

Þessir sex mánuðir skiptust upp á þennan hátt:



Þegar unga fólkið útskrifast frá okkur, viljum við að bakpokinn þeirra sé vel nestaður af styrkleikum, aðlögunarhæfni, væntingum, góðum bandamönnum, aukinni þekkingu og jákvæðum viðhorfum. Allt eru það þættir sem eru styrkur á leið inn í framtíðina:

#### Bakpokinn minn



#### NIÐURSTAÐA:

Þar sem verkefninu er ekki lokið, getum við ekki annað en ályktað um niðurstöður. Nítján þátttakendur voru skráðir í upphafi, fljótlega hættu þrír og eftir nokkrar vikur hættu tveir í viðbót, tveir þátttakendur fluttust yfir í annan hóp þar sem þeir fóru ekki í starfsprófun. Einn einstaklingur lauk ekki starfsprófun og illa hefur gengið að ná í hann. Þrettán einstaklingar ljúka því þátt-

töku. Fimm af þátttakendum komu frá félagsþjónustu en sjö var vísað frá VIRK Starfsendurhæfingarsjóði, alls sjö konur og fimm karlmenn. Dagskrá var alla daga frá 9:00 – 12:00. Fyrsta hálf tímann var boðið upp á morgunmat, kaffi og spjall. Síðan voru fyrirlestrar / verkefni til kl. 12. Tvisvar í viku var farið í líkamsrækt og lagt til að þau færu tvisvar í viðbót sjálf. Stuttar göngu-ferðir voru farnar á hverjum degi. Þá var reglulega farið í heimsóknir á vinnustaði.

Til að byrja með gekk bröðuglega að fá fólk til að mæta en það gekk hægt og rólega betur. Þátttakendur tengdust nokkuð vel en ekki myndaðist sérstök vinátta í hópnum eins og undirrituð hafði búist við og er algengt að gerist í hópastarfi. Reynt var að virkja baklandið eins og kostur var, með því að bjóða nánasta aðstandanda í viðtal. Reynsla frá Kanada sýnir að það skiptir mjög miklu máli að hafa bakland sem hægt er að leita til ef upp koma erfiðleikar og fólk er líklegt til að veita aðstoð ef það veit að viðkomandi þiggur hjálp.

Þegar kom að starfsprófun fengu allir stað til að prófa sig á. Tveir þátttakendur byrjuðu ekki vegna mikils kvíða. Þeir fluttust því yfir á aðra endurhæfingarleið þar sem betur var hægt að mæta þörfum þeirra. Tveir þátttakendur voru á tveimur vinnustöðum.

Í tilviki annars þeirra hafði mæting verið mjög slæm og vinnuveitandi vildi að þátttakandinn hætti. Hann fékk að fara í aðra starfsprófun, þar sem gekk betur. Hinn hafði verið í frekar einhæfu starfi og fékk að prófa sig á nýjum vinnustað. Einn einstaklingur hætti að mæta í starfsprófun og hefur verið erfitt að ná sambandi við hann.

Af þessum þrettán þátttakendum sem kláruðu námskeiðið þá er líklegt að sjö af þátttakendum fari í vinnu, þar af einn á vinnusamning og tveir í skóla. Fjórir til fimm halda áfram í Starfsendurhæfingu SH og einn fer í endurhæfingu annars staðar.

*Hvað virkaði:* Til að hægt sé að kortleggja niðurstöður betur, verða þátttakendur beðnir að fylla aftur út sjálfsmatskvarða Rosenbergs, lista með spurningum um daglegar venjur, fylla út iðjuhjólið og fara yfir þau markmið sem þeir settu sér í upphafi með hjálp COPM. Eins verður viðtal við hvern og einn og farið yfir það sem gekk vel, það sem hefði mátt gera betur og þeirra mat á námskeiðinu í heild.

Ljóst er að það tókst ekki að gera það að venju að allir borðuðu morgunverð saman, þátttakendur sögðust oft vera búnir að borða.

Vitað var að í upphafi voru flestir þátttakendur með áberandi kvíða. Samkvæmt sjálfsmatskvarða Rosenbergs voru fjórir þátttakendur innan eðlilegra marka en tíu með lágt sjálfsmat og tveir af þeim með afar lágt sjálfsmat. Fróðlegt verður að sjá hvort sjálfsmatið hafi breyst. Eins er vitað að flestir þátttakendur voru mjög óvirkir áður en þeir byrjuðu í þessu verkefni, áhugavert verður að sjá hvort virkni hafi aukist. Það er þó ljóst að þessir þrettán einstaklingar sem ljúka verkefninu eru allir í virkni eins og er og hafa áætlanir um áframhaldandi virkni.

*Hvað hefði mátt gera betur:* Undirrituð telur m.a. að við hefðum átt að virkja baklandið mun betur, hafa viðtöl við þann sem stendur þeim næst oftar. Baklandið skiptir gríðarlegu máli. Þá þarf félagsþjónustan að standa sig betur og fylgja sínu fólki betur eftir.

Allir sem stóðu að verkefninu eru sammála um að það hafi verið töluverð áskorun að vinna með svona hóp af ungu fólki og mjög lærdómsríkt. Undirrituð vonar að verkefnið verði til þess að fleiri leggji af stað með svipuð verkefni, þannig er hægt að koma í veg fyrir vanda sem hlýst af óvirkni og jafnvel koma í veg fyrir ótímabæra örorku.